

Protéjase y proteja a los demás del NUEVO CORONAVIRUS (COVID19)

La enfermedad del coronavirus 2019 o COVID-19 es un nuevo tipo de enfermedad causada por un coronavirus que recientemente comenzó a afectar a las personas. Se propaga principalmente a través de gotas de una persona infectada al toser o estornudar.

1. ¿Cuáles son los síntomas?

- Los síntomas más comunes son tos, fiebre, dificultad para respirar.
- La mayoría de las personas con COVID-19 tienen síntomas leves y se recuperan por sí solas. Las personas de edad avanzada, embarazadas o con problemas médicos graves tienen más riesgo de padecer una enfermedad grave.

2. ¿Cómo puedo protegerme a mí y a los demás?

- **Mantenga unos 6 pies de distancia entre usted y otras personas. Algunas personas que están enfermas no lo demuestran, así que evite el contacto cercano siempre que pueda.**
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante 20 segundos o use desinfectante de manos con 60% de alcohol.
- Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca.
- Utilice una mascarilla facial de tela. Muchos equipos de divulgación están repartiendo mascarillas. Si no puede conseguir una, use una bufanda u otra tela para cubrirse la nariz y la boca.

Para obtener más información, visite nuestro
sitio web www.publichealth.lacounty.gov



Protéjase y proteja a los demás del NUEVO CORONAVIRUS (COVID19)

- Si tiene más de 65 años, tiene problemas de salud o está embarazada, considere quedarse en un refugio u otro tipo de albergue hasta que termine el brote. Los refugios y otros tipos de albergues pueden ayudarle con servicios y atención para evitar que se enferme.
- Cúbrase con un pañuelo al toser o estornudar, luego tire el pañuelo a la basura. Si no tiene un pañuelo, use su manga (no sus manos).
- **No comparta bebidas, alimentos, pipas, cigarrillos, sábanas, mantas.**
- Si comparte espacio con alguien, duerman con la cabeza puesta a los extremos opuestos de dicho espacio.
- Trate de limpiar las cosas que usted u otros tocan mucho con un limpiador doméstico o toallitas con alcohol.

3. ¿Qué hago si me enfermo?

- Póngase en contacto con su médico. Si no tiene uno, llame al **211** para encontrar uno. Un médico o una clínica pueden ayudarle a recibir atención mientras está enfermo.
- Comuníquese a un trabajador de los equipos de divulgación o de salud en la calle que está enfermo. El trabajador puede ayudarle a obtener atención médica, encontrar un lugar seguro para quedarse o conseguir los insumos que necesita para recuperarse mientras está en la calle.
- Permanezca al menos a 6 pies de distancia de otras personas. Recuerde usar un pañuelo o el codo si estornuda o tose.
- Si se siente peor, llame al **911** o vaya de inmediato a una sala de emergencias.